

セントラルフィットネスクラブ湘南平塚 - 2026年10月 -

7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)は休館日です。

12日(月)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。

都合により、プログラム、インストラクターが変更になる場合があります。

また、掲載されていない施設のスケジュールにつきましては直接クラブまでお問合せ下さい。

[スクール]: スクール制 (別途入会手続き、会費が必要です) [セッション]: 別途参加費が必要です [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要でず [整理券]: 整理券が必要でず

< スタジオ >

	月			火				水			木			金				土			日				
	スタジオ1	スタジオ2	キックジム	スタジオ1	スタジオ2	キックジム		スタジオ1	スタジオ2	キックジム	スタジオ1	スタジオ2	キックジム	スタジオ1	スタジオ2	キックジム		スタジオ1	スタジオ2	キックジム	スタジオ1	スタジオ2	キックジム		
08:00							08:00										08:00							08:00	
08:30							08:30										08:30							08:30	
09:00							09:00										09:00							09:00	
09:20(40分)シンブル エアロ・八木[予約]	09:20(40分)CSLive/ ZenYoga・CSLive REC[予約]			09:15(40分)コンビネ ーションエアロ・二宮[予 約]			09:30				09:15(40分)ルーシ ーダットン・南原[予約]		09:20(30分)Fit Fun ・吉澤[予約]			09:10(5分)みんなで作 る！	09:20(40分)*クラブ 限定/音楽エクササイ ズ・吉村[予約]						09:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]		
							10:00				10:10(40分)シンブル スナッチ・那智[予約]		10:05(40分)シェイバ ン・吉澤[予約]				10:20(40分)ビラティス ・植原[予約]	10:20(40分)CSLive/ Labi・Labi・CSLive REC[予約]					10:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]		
10:15(40分)ビラティス ・植原[予約]	10:15(90分)卓球(フ リー)・当日予約[予約]			10:15(40分)カラダデ ックス・二宮[予約]			10:30				10:30(40分)CSLive/ シンブルエアロ・CSLI ve REC[予約]		10:00(10分)ジムスモ/やま し練習			10:20(10分)ジムスモ/やま し練習							10:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・児 童)[スクール]		
							11:00				11:05(30分)ファイア タックBEAT・那智[予 約]		11:00(40分)フィール ガ・高橋(こ)[予約]	11:00(40分)CSLive/ダンス Wave・CSLive[予約]			11:15(40分)ビラティス ・植原[予約]	11:15(40分)CSLive/シン ブルエアロ・CSLive REC[予 約]							
11:15(40分)ZUMBA(R)・宮田[予約]							11:30										11:45(40分)シンブル エアロ・池田(高)[予 約]						12:00(30分)動きタイ ム・中瀬[予約]	12:00	
12:10(40分)健康体 ・吉田[予約]				12:10(30分)STEP Jam ・鈴木[予約]	12:10(30分)エアサイクルフ ットネス・リズムライド・那 智[予約]		12:00										12:15(40分)CSLive/リズムAC AMP・CSLive REC[予 約]								
							12:30				12:35(40分)ラテンフ ァン・吉田[予約]	12:35(40分)CSLive/ ビラティス・CSLive REC[予約]					12:40(40分)コンビネ ーションスナッチ・池田(高) [予約]							12:30	
13:10(40分)コンビネ ーションエアロ・吉田[予 約]	13:10(40分)CSLive/ フィールとビラティス・C SLive REC[予約]			13:00(30分)シェイバ ン・那智[予約]	13:00(60分)クラブ 限 定/ほつろつ健康運動 スクール・太田[スケー ル]		13:00						12:50(30分)ホリデイク アスレチクス・那智[予約]				13:00(120分)卓球(フ リー)・当日予約[予約]							13:00	
							13:30				13:30(40分)CSLive/3rd・C Live LIVE[予約]	13:30(30分)エアサイクルフ ットネス・リズムライド・那 智[予約]		13:35(40分)ボディメ イトレーニング・田口 [予約]			13:40(40分)シェイバ ン・若林[予約]							13:30	
14:10(30分)ボールde リラックス・藤澤[予約]							14:00						14:30(15分)ジムスモ/みんな で作る！				14:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	14:00(30分)CSLive/エア サイクルフィットネス・リズム ライド・CSLive REC[予約]						14:00	
							14:30				14:30(30分)CSLive/リズムAC AMP・CSLive LIVE[予約]	14:30(150分)卓球(フ リー)・[予約]		14:30(40分)ヨガ・米山 [予約]			14:35(40分)ZUMBA(R)・平井[予約]							14:30	
							15:00										15:00(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]							15:00	
							15:30				15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]		15:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]				15:30(40分)パワーヨ ガ・米山[予約]	15:30(30分)CSLive/エア サイクルフィットネス・リズム ライド・CSLive REC[予約]					15:30		
	16:10(30分)ファンタジー ・二宮[高橋[予約]						16:00										16:00(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]							16:00	
16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]							16:30				16:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]		16:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]				16:30							16:30	
							17:00										17:10(60分)キッズダン ススクール(幼児・児 童)・スクール							17:00	
17:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]							17:30				17:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]		17:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]				17:30							17:30	
							18:00																		18:00
						18:15(180分)卓球(フ リー)・当日予約[予約]	18:30																	18:30	
							19:00																	19:00	
19:15(40分)ZUMBA(R)・西村[予約]	19:15(40分)ラティス・CSLI ve REC[予約]			19:20(40分)シェイバ ン・望月[予約]			19:30				19:15(40分)ファイア タックBEAT・石田[予 約]	19:20(40分)CSLive/ ZenYoga・CSLive REC[予約]		19:15(40分)ビラティス ・植原[予約]			19:30							19:30	
						19:45(10分)ジムスモ/やま し練習	20:00				19:45(10分)ジムスモ/やま し練習			20:10(40分)CSLive/ ヨガ・CSLive REC[予 約]	20:00(30分)CSLive/エア サイクルフィットネス・リズム ライド・CSLive LIVE[予約]		20:00							20:00	
20:10(40分)ヨガ・加藤 [予約]	20:10(30分)エアサイクルフ ットネス・リズムライド・那 智[予約]			20:15(30分)CSLive/リズムAC AMP・CSLive REC[予約]			20:30						20:45(20分)ジムスモ/やま し練習				20:30							20:30	
						20:40(10分)ジムスモ/やま し練習	21:00						21:00(30分)CSLive/ア ン・CO REC[予約]				21:00							21:00	
							21:30																	21:30	
	スタジオ1	スタジオ2	キックジム	スタジオ1	スタジオ2	キックジム		スタジオ1	スタジオ2	キックジム	スタジオ1	スタジオ2	キックジム	スタジオ1	スタジオ2	キックジム		スタジオ1	スタジオ2	キックジム	スタジオ1	スタジオ2	キックジム		
曜日	月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日	